

ご自由にお持ち帰りください



公益財団法人 宮城厚生協会

# 坂総合病院

## NEWSaka

2016.3  
No.5

発行責任者：坂総合病院院長 内藤 孝



元気な子が生まれますように (うぶごえ学級)

- 1 元気な子が生まれますように (うぶごえ学級)  
5ページに関連記事あり
- 2 入退院支援学習会 (2/5)
- 3 糖尿病学習会 (2/6)
- 4 臨床倫理学習会 (2/13)
- 5 母乳育児 ワークショップ (2/18)
- 6 フットケア活動紹介
- 7 投書へのお答えほか
- 8 インフォメーションなど

### 病院理念

わたしたちは、患者さまの権利を尊重し、  
**共感・協同・平等・安全の**  
医療をめざします。





## ◇テーマ：「葛飾医療センターにおける PFMシステム」

◇講師：五味 美春氏

(東京慈恵医大葛飾医療センター看護部長)

### 病院ビジョン達成に向け、 改めてPFMの有効性を確信

副看護部長 高橋きみ子

2月5日(金)の夜、教育ステーションにて、標記テーマで学習会を開催しました。富山陽介副院長の司会進行で、内藤孝院長はじめ医師、看護師、MSW、薬剤師、事務、リハビリ、栄養士など59名の参加でした。

#### 「PFM(Patient Flow Management)」とは

患者さんの入院前に基本情報を収集し、これをベットコントロールや退院支援等のために組織的に活用していく取り組みで、導入病院では患者満足度の向上はもちろんのこと、在院日数短縮や病床稼働率向上に繋がっています。

当院でもこのシステムをぜひ導入したいということで、昨年9月に葛飾医療センターへ富山副院長、金萬看護部長など6名で見学に行ってきました。この時、五味看護部長さんに丁寧に説明していただき、ぜひ当院で多職種の皆さんに理解を深めてもらいたく学習会を企画しました。

#### 葛飾医療センター概要

葛飾医療センターは、葛飾・足立・荒川区(3区)の東京二次医療圏で、359床、稼働率84.2%、平均在院日数11日、外来1141人/日の病院で、2012年1月にリニューアルと同時に導入しました。その経緯は、10年前におきた医療事故に遡り、安全な手術のために術前指導開始、退院調整プロジェクトを立ち上げ、PFMプロジェクトに発展させて現在に至ったということです。

#### PFMの3つの重要要素

①ベットコントロール(稼働率UP、医療連携強化)  
②治療・療養マネジメント(在院日数の適正化) ③退院支援・退院調整(在宅復帰率、地域連携)であり、この3つのバランスが非常に重要だということです。

PFMは病院ビジョン達成のための戦略であり、3つの満足をもたらすものです。①患者満足(納得の医療が受けられる、治療に伴うリスクを最小限にできる、在宅療養が可能になる)。②職務満足(入院に関する病棟業務量の軽減、退院調整に係る負担の軽減、「忙しい」から「やりがい」への変換…「治し・支え・つなぐ」医療の実現=退院支援は看護そのもの)。③組織満足(病院の業績向上=効率的病床運用、在院日数の適正化、急性期医療の充実=救急入院のスムーズな受け入れ、手術件数の増加)。



熱心に聴講する参加者のみなさん

今回の学習会で、改めてPFMの有効性を確信しました。当院でも、まずプロジェクトを立上げ計画的に進めていきたいと思っています。

#### ○『参加者の感想から』

- ・患者・職員・病院全てが満足できるというのが印象的でした。是非導入したいと思いました。
- ・システム作り、各部署の退院調整への意識が持てるようにする必要があるし役割分担が大事になると感じました。
- ・今、まさに当院で求められているシステムであり参考にしたいと思いました。
- ・PFMは病院ビジョン達成のための戦略であるということが最大のポイントだと思いました。当院の取り組むべき課題そのものです。

## 1、運動指導「糖尿病の運動療法」

講師：我満 琴絵 健康運動指導士

### 「楽しさ」を考え、自分に合う体の動かし方を

糖尿病とはどんな病気なのか、運動の目的、効果的な運動の頻度・行なう時間帯など、わかりやすく話されました。

印象的だったのは、座っているより「立っている」状態の方が血糖値を下げるということ！まとまった時間でなく細切れでいいということ！です。

運動が苦手な人も「これならやれる」と思ってもらえる内容だったと思います。

血糖値を下げるポイントは「大きな筋肉を使うこと（大腿部、腹筋、背筋）」「普段使わない筋肉を使う（背中の筋肉、内腿など）」です。講師の指導で、実際に全員で体を動かしました。運動に興味を持った方、ぜひクリニック1号館6階の運動療法センター「のび」で体験してみてください。

最後に、「運動すること」の結論として、『継続が大切で、「義務」でなく「楽しさ」を考え、自分に合う体の動かし方をみつけましょう。』と結びました。

## 2、食事指導「血糖値と食べ物」

講師：遠藤あずさ 管理栄養士

### 「規則正しい3回の食事」+「適度な運動」+「間食控えて」が大事

血糖値を上げる食品について～甘くなくても炭水化物を多く含む野菜（芋類・かぼちゃ・れんこん・とうもろこし）や主食（ご飯・パン・麺類・餅）は血糖を上げます。

血糖を上げにくい食べ方は、野菜から食べて、じっくり時間をかけて食べること、3食規則正しく食べることが大切です。食べるときのコツ（いつもより主食を減らす、麺+ごはんなどは一緒に食べないなど）を示し、食事時間・回数との血糖値との関係など報告されました。具体的な内容が大変好評でした。

そして、気をつけてほしいこととして、「規則正しい3回の食事」+「適度な運動」+「間食控えて」と述べられました。

## 3、講演「糖質代謝について」

講師：沖本 久志 糖尿病代謝科科長

### 1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後に薬

日本人は遺伝的に血糖値を下げるホルモンの「インスリン」を出す力が、欧米人のほぼ半分です。したがって、欧米人のような食事では体がもちません!!

糖尿病の初期には、「食後高血糖」になります。その血糖上昇が血管を傷つけて動脈硬化が進みます。本当に怖いのは、糖尿病の初期は自覚症状がなく、徐々に合併症が進行していくことです。

それを防ぐためには、「何ともない」うちから健診などで血糖やHbA1cを確認しておくことが大切です。最後に、予防改善は、『1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後に薬』と述べられました。

糖尿病の病態や合併症の話など、分かりやすい内容で、みなさんに理解していただけたいと思います。



気持ちよく体を動かすみなさん

# 「糖尿病学習会」開催……主催 坂病院疾患管理委員会

## 糖尿病対策、しっかりと、楽しく学ぶ！

2月6日（土）の午前、病院セミナー室において、スタッフが含め約40名が参加し「糖尿病学習会」が開催され、以下の内容で順番に進められました。

慢患外来担当看護師

伊藤 美砂

◇テーマ：「臨床研究における倫理について」

◇講師：浅井 篤 教授  
(東北大学医学部臨床倫理学分野)



## 倫理の重要性、倫理指針遵守の 大切さ再確認

本院診療サービス課 石川 信子

2月13日(土)の午後クリニック1号館8階大会議室において、東北大学医学系研究科医療倫理学分野の浅井篤教授をお招きし、臨床研究における倫理についてご講演頂きました。参加者は、医師16名、看護師15名、倫理外部委員4名、その他6名、計41名、長町病院等からの参加もあり非常に有意義な時間となりました。

### 今回の学習会の目的は

昨年4月に厚生労働省より、臨床研究に関する新しい倫理指針である「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」が公布されました。この指針では、臨床研究を行なう機関の長(院長)、研究実施の可否を審査する倫理委員、研究に携わる関係者に対して、年1回の研究倫理に関する教育・研修の受講を義務付けています。改訂された指針に基づいて、当院倫理委員会でも、臨床研究申請を行なう場合の要件としていくつかの条件を設定しています。その中のひとつが今回企画した学習会でした。

### あり得ないと思う事例に衝撃が

講演では、歴史上、どれだけ多くの非倫理的、又は倫理的妥当性が疑わしい研究が行なわれてきたのか、1898年まで遡り、多くの事例が紹介されました。無断で患者から検体を採取した事例、適切な審査を通らず、研究参加者に起こりうる害についての説明がされず、さらに同意書の内容と実際に行なわれた内容

が異なっていた研究での死亡事例、虚偽のプロトコールで審査を通過して研究を行なっていた事例など、あり得ないと思うことが実際に起きていることに改めて衝撃を受けました。

### なぜ起こるのか、どうすれば防げるのか

ではなぜこのようなことが起こるのか、またどうすれば防げるのかを考えると、やはり、研究に携わる研究者や、研究実施の可否を判断する倫理審査委員が、ヘルシンキ宣言や倫理指針などのガイドラインを理解し、それら指針を遵守することが非常に重要であると感じます。



フロアーとの質疑応答

倫理指針の中には、研究者や院長の責務、倫理審査委員会のあり方、インフォームドコンセント、個人情報管理、臨床研究の計画書・説明文書・同意書について、利益相反など、臨床研究を取り巻く様々な遵守事項が明記されています。日頃倫理審査委員のメンバーとして臨床研究審査に携わる中で、指針の理解は必要不可欠なものです。

今回の学習会では、歴史から見る倫理の重要性、指針遵守の大切さについて再確認できました。これを機会に、関係するガイドラインを再度見直し、適切な審査を行なう上での知識を身につけていきたいと思えます。



2月18日に当院で初の試みとなる院内での「母乳ワークショップ」が開催されました。当日このワークショップには医師や看護師、リハビリテーション室、検査室、診療サービス課など各部署から約50名(スタッフ含む)の方々に参加していただきました。

## 第1部 母乳の利点、坂病院の活動報告 「母乳は赤ちゃんが受ける最初の予防接種」



報告する笹井助産師(左)

笹井茉莉助産師より標記テーマで報告されました。

「米国小児科学会」「WHOにおける母乳育児」の紹介はじめ、母乳成分などの説明がされました。そして、「母乳は赤ちゃんが受ける最初の予防接種」と述べ、母乳育児の様々な利点が事例に基づき紹介されました。

次に、当院でどんな支援をしているのか、妊娠中(母親教育など)、入院中(基本的には哺乳瓶は使わないなど)、退院後(育児サークル、健診など)の内容が紹介されました。

最後に、今日から行なえる母乳育児支援として、「職場で授乳時間の確保を」「お父さんはお母さんを支えましょう」等など述べ、病院内の授乳室の案内などもありました。

## 第2部 グループディスカッション

### 総合テーマは「自分ができる子育て支援」

BFH(あかちゃんにやさしい病院)認定病院として子育て支援していくために何が必要か意見交換を目的に語り合いました。

プレママ・子育て・孫育て・メンズの4グループに分かれ、それぞれ割り振られたテーマに沿ってKJ法を用いて意見交換をして、まとめて発表するものでした。

### 「プレママグループ」の状況

私はプレママグループのチューターをさせていただきました。プレママグループのテーマは、「母乳育児に



グループディスカッション

関する不安や疑問点」「プレママから見た母乳育児」です。それぞれ付箋に書き意見交換するのですが、他グループに比べ、何を書けば良いのか分からず、ペン



発表する子育てグループ



子育てグループ



メンズグループ



プレママグループ

が進まずに戸惑っている様子でした。後半に一人ひとり順番に話を聞くと、周りに母乳育児をしている人がおらず母乳について考えることもない方がほとんどでした。漠然としたイメージや不安、疑問点を持つことすら難しい感じでした。また、育児休暇や授乳時間の確保がしっかり取得できる職場もあるが、人手不足で十分取得できない職場もあることが分かりました。ほとんどが核家族で、女性の社会での活躍が多くなってきたことから、出産や育児に関する情報収集が職場で行なわれることも大切な事となってきます。

実際にママになった時に、戸惑いなく母乳育児ができるよう、もっと母乳育児が身近なものとして感じられるような環境を作る必要があると実感したワークショップでした。

## 講評

### BFH認定病院として、もう一度立ち返ること大切

片平敦子産婦人科医長より講評がありました。



片平医師

今回はBFHの意識づけのために「参加型」にしたことが報告されました。(BFH認定後) どういうふう到医院としての役割を高めていくのか、もう一度立ち返ることの大切さが強調されました。そして、『全体的にわきあいあいとした雰囲気良かったし、子育てを考えるきっかけとして一定役割を果たせたと思う。BFH推進委員会として今回の内容を生かし今後につなげていきたい。』と述べ終了しました。



## フットケアの取り組み紹介

# 多職種連携で 足病変予防に取り組む

糖尿病看護認定看護師・8階病棟 工藤有希子



### 足病変あれこれ

足の水泡・びらん・潰瘍などの足病変は様々な要因から発生します。足病変で代表的な疾患は糖尿病で、糖尿病患者さんは、神経障害・血流障害を合併していると、傷に気づきにくく、また傷ができて治りにくい状況で、初めは小さい傷でも悪化してしまうことがあります。また、透析患者さんも、血管の石灰化によって足病変が起こり重症化しやすくなります。

### 「フットケアチーム」で対応

当院では、様々な要因で足病変を発症してしまった患者さんに対応するため、糖代謝科医師・循環器科医師・形成外科医師・看護師・理学療法士・義肢装具士で「フットケアチーム」を作り、足病変で入院した患者さんのフットケア回診を行なっています。下肢の切断はQOLを低下させます。多職種が連携して、下肢の救済ができるよう取り組んでいます。



### 「フットケア外来」開設

また、糖尿病患者さんの足病変を予防するために、2013年から「フットケア外来」を開設しました。教育や定期的な足の診察によって、足病変の発生を防ぐことができると言われています。

フットケア外来では、足のアセスメントをして、足の観察の方法や靴の履き方の指導をしたり、足浴や爪切りをしながら、足の洗い方や爪の適切な長さの説明をしています。

フットケア外来に通院している患者さんには、肥満や高齢のため、身体が動きにくく自分で足の手入れがしたくても上手くできない方々も多くいます。また、肥厚した爪がうまく切れない、足の裏の胼胝があるという患者さんの爪切り、胼胝の処置を定期的に行なったりもしています。

足病変での入院は長期化することが多いです。そのため、フットケア外来では、傷を作らないように、また、傷ができて早期発見できるように、患者さんにフットケアの必要性や方法を指導したり、看護師が足の観察や実際にケアを提供して、足病変の予防ができるよう取り組んでいます。

患者様からの

# 「わたしのひとこと」

へお答えします



(患者様より)

●その1



入院生活での要望・質問など

①入浴時間。入浴時間が30分と定まっていますが、これを40〜45分にするにはできませんか？  
 ②使用する資料。食事療法の勉強で使うピンク色の用紙の資料について。原稿が古いのか、何度も何度もコピーを重ねたのか、文字が読めません。  
 ③食材について。添付した『減塩しょうゆ』。勉強で習った塩分のグラム数をナトリウムのグラム数の関係で計算すると、 $3\text{g}(\text{Na}) \times 2.54 = 8636\text{g}$  (塩分) となります。教育資料では6g未満/1日。この商品は「減塩しょうゆ」との名称。この名称が実態を表現していない？

(お答えします)



①入浴時間につきましては、なるべく多くの患者さまにご利用していただけるように、30分を基本としております。もし30分では足りないという方は、事前に看護師に相談し、2枠で予約して頂きますようお願いいたします。  
 ②の使用する資料につきましては、見づらい資料を配布

しての説明となったことを、まずお詫びします。資料を印刷する際には原本を使用する事にしておりませんが、再度原稿の状態と印刷物の状態を確認した上で使用するよう努めます。  
 ③減塩醤油につきましては、成分表示は100mlあたりとなっており、1パック5ml入りであることから、1パックあたりの塩分は0.4gで確かに「減塩」の商品です(通常の醤油は5mlあたりで塩分1g程度あります)。ご理解のほどよろしくお願いたします。

●その2



(患者様より)

通路について

旧館と新館を移動するとき、肺が悪いので歩かないように通路があるといいと思います。

(お答えします)



貴重なご意見をありがとうございます。ございました。クリニックと坂病院の通路についてご不便をおかけして申し訳ありません。施設そのものは直ぐ改善できませんが、職員が対応いたしますのでご遠慮なく、お声をかけてください。

(患者様より)

●その3



トイレの改善要望

クリニック2号館1階、男子トイレの中が狭すぎて身動きがとれない老人や体格の良い人は、身支度をしたたり着衣の上げ下ろしをするのは大変だろうなと思う。健康成人なら少々狭くてもなんとかなるが、具合の悪い人には大変そうです。

(お答えします)



貴重なご意見をありがとうございます。ありがとうございました。狭い中、ご不便をおかけして大変申し訳ございません。そのような場合には、広いスペースのある、隣の車椅子用トイレをご使用されますようお願いいたします。

## 投書箱

●ご意見、ご要望、疑問や苦情など、どんなことでも結構です。お気づきのことがございましたら、院内に設置しております「わたしのひとこと」投書箱をお気軽にご利用ください。

患者さま相談室

三橋 吉則

## 地域医療連携センターから

### ○紹介の状況

	紹介数	逆紹介数
2015年10月	720	789
11月	696	704
12月	557	721
2016年1月	499	635

(坂総合病院、クリニックの合計数です)

○ご紹介の際は、地域医療連携センターまでご連絡下さい。  
 ※坂総合病院・坂総合クリニックは予約診療を行なっています。

お気軽に地域医療連携センターまでお問い合わせ下さい。尚、緊急性の高い症状の場合や入院加療も含めての診療ご依頼の場合は、お電話にてその旨をお知らせ下さい。

### 《開設時間》

●平日/8時30分~17時 ●土曜日/8時30分~12時30分

TEL 022-361-4700

※時間外休日、救急処置室に繋がります。

脳検査のご案内

脳ドックでは、脳動脈瘤、脳腫瘍、脳動静脈奇形、もやもや病、慢性硬膜下血腫などの脳疾患の早期発見や脳卒中（脳出血・脳梗塞・クモ膜下出血）の危険因子を発見し、発症を予防するためのアドバイスを行います。

※当院の脳ドックは日本脳ドック学会のガイドラインに準じた項目になっております。

【検診日程】

- ◇脳ドックは金曜日の午後13：30～検査を行います。（予約制）
- ◇簡易脳ドックはご都合に合わせて日程をご相談いたします。（予約制）

【検査結果報告】

- ☆脳検診を受けてから、約4週間後の金曜日に医師より結果説明を行います。（予約制）
- ☆検診の結果に異常があった場合、その後の検査・診療は保険適用となります。

【検診内容と料金】

(税別)

検査項目		脳ドック	簡易脳ドック	
M R	脳断層(MRI)	T1、T2、T2*	○	○
		FLAIR法	○	○
	脳血管撮像	○	○	
	頸部血管撮像	○	○	
頸部血管エコー		○	—	
身体・血圧測定		○	—	
血液検査		○	—	
尿検査		○	—	
心電図検査		○	—	
胸部X線検査		○	—	
問診・診療		○	○	
一般料金(円)		35,000	17,000	
友の会料金(円)		30,000	13,000	

●お申込み・お問合せ先

坂総合病院健康管理室

直通電話 022-367-9053

コールセンターから

○診療の予約・変更・お問い合わせは、コールセンターで承ります。

平日(月～金)：8時30分～16時30分  
(小児科のみ8時から開始)

土曜日：8時30分～11時30分  
(小児科のみ8時から開始)

※紹介状をお持ちの方は必ずその旨をお伝え下さい。  
※上記時間以外で救急診療のお問い合わせは、病院代表番号にお電話をお願いします。



- 電車をご利用の場合  
JR仙石線・下馬駅下車（駅前が病院です。）
- お車をご利用の場合  
以前に比べて第一駐車場が狭くなりました。ご不便をお掛けしますが、第三駐車場に駐車し、送迎バスをご利用いただけるようご協力をお願いいたします。

編集後記

今号も院内で取り組んでいる様々な活動をNEWSに取り上げました。BFHの助産師や糖尿病認定看護師など専門性を生かしたものの、臨床倫理やPFMなど今後病院全体で進めていこうと考えているものなど。当院の中身をもっとみなさんに知っていただき、安心してご利用いただくため、「坂総合病院NEWS」が役に立つよう情報発信していきます。

年度末、医療機関にとっては診療報酬の改定であわただしい日々になっています。ますます地域連携の大切さが感じられる内容となりました。住民の皆様、医療機関の皆様との連携をこれからも大事に、さらに信頼を得られる病院になるよう、精進していかなければ。(K.I)

公益財団法人 宮城厚生協会  
坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5  
電話 022-365-5175 (代表)  
FAX 022-365-3620